Geschrieben von: Lorenz
Dienstag, den 24. Mai 2016 um 11:19 Uhr

Yoga Vidya Bad Meinberg lädt ein:
Vier Tage Entspannung vor den Externsteinen



Dienstag 24. Mai 2016 - **Horn-Bad Meinberg (wbn). Sie gelten als mystischer Ort und Sinnbild für die Kraft der Natur – die Externsteine im Teutoburger Wald. Zum Welt-Yoga-Tag am 21. Juni können Gäste die Faszination dieses Orts ganz besonders intensiv erleben – bei individuellen Yoga-Sessions direkt davor.**

Beim viertägigen Angebot „Yoga-Moor-Externsteine“ erfahren sie die 5.000 Jahre alte indische Tradition bei Yoga Vidya, der größten Yoga-Community außerhalb Indiens, in seiner reinsten Form. Das Zentrum ist weltbekannt und eines der führenden in Europa. Dort lernen die Gäste die Yoga-Übungen, die dann individuell vor der Kulisse der Externsteine vertieft werden können.

(Zum Bild: Imposante Kulisse für eine Yoga-Session: Die Externsteine im lippischen Horn-Bad Meinberg. Foto: mido pr/D. Ketz)

Fortsetzung von Seite 1

Die eindrucksvollen Sandstein-Felsen im Naturschutzgebiet nahe Horn-Bad Meinberg sind nur

wenige Gehminuten vom Zentrum entfernt und ein Kraftort, der ideal für Yoga-Sessions allein oder zu mehreren ist. Jeder, der mag, kann seine Matte vor den imposanten Steinen ausrollen und sich von den uralten Felsen verzaubern lassen.

Yoga, Moorpackungen und ayurvedisches Essen

Neben den Übungen im Yoga Vidya stehen auch Moorpackungen, Ayurveda-Massagen und ayurvedisches Essen auf dem Programm des Angebots „Yoga-Moor-Externsteine“. Drei Nächte mit Frühstück in einer gemütlichen Unterkunft plus Massagen, Buffets und Yoga-Sessions gibt es bereits ab 186 Euro pro Person. Mehr dazu unter: www.teutoburgerwald.de .

Das Yoga Vidya Bad Meinberg ist Europas größtes Yoga-Seminarhaus. Mit gut 700 Betten, 30 Yoga- und Seminarräumen, rund 85.000 Übernachtungen pro Jahr und etwa 1.500 Seminaren, Ausbildungen und Weiterbildungsangeboten gehört es zu den führenden Yoga-Orten außerhalb Indiens.